ÑAPA
Weekendbijlage
van dagblad Amigoe
zaterdag 5 december 2015

Vol verwachting klopt ons hart...

Pagina 3

Inhoud

Voorpagina 1
Inhoud 2
Uitgelicht 3
Gezondheid 4
Beroep onder de loep 5
Literatuur 6 & 7
Paipiamentse les 8 & 9
Reizen 10
Eten & drinken 11
Medisch historisch 12 & 13
Recht 14
Puzzels 15
CuraMix 16

Foto van de week.

Een pegasaya, vastgeklampt op de ruitenwisser, rijdt 's ochtends mee naar school. De foto werd ingestuurd door David S. Canhigh.

Heeft u een mooie foto? Stuur hem dan naar napa@amigoe.com.

Colofon

BLADMANAGER Linda van Eekeres
email: napa@amigoe.com
telefoon: 7672000

CORRECTIE Ari Manse

VORMGEVING Wendela Ataliede
Oscar Vanegas

Voorpaginafoto: Shutterstock

Aan deze Ñapa werkten mee:

Monique Casimiri, Jeanette van Ditzhuijzen, Hans de Haan, Brede Kristensen, Judice Ledeboer, Elton Sint Jago, Kayla de Swart, May Voges, Didi M. Wildeman, Miriam de Windt, Ken Wong

Thuis.

Houdbaarheidsdatum

Monique Casimiri

Op alle verpakkingen van levensmiddelen staat een houdbaarheidsdatum. Dit staat op twee manieren omschreven. Ten minste houdbaar tot. Of te gebruiken tot. En daar zit wel een verschil in. De tweede is een richtlijn die we beter wel kunnen volgen. Deze staat vaak op vleesproducten, maar ook wel op yoghurtproducten. De eerste, ten minste houdbaar tot, is een breder begrip. Ruimer interpretabel.

Ik ben van huis uit gewend dat je vooral je zintuigen gebruikt als je een product wilt gebruiken. Neem als voorbeeld vlees. Als dat er grijzig uitziet, eet je het niet op. Uiteraard laat je het ook staan als het niet lekker ruikt en als ik enige twijfel heb geef ik altijd een stukje aan de kat. Als die het eet, dan durf ik het met een gerust hart ook te eten. Maar als de kat het zelfs laat staan, dan is het niet meer goed. Op dit moment is die theorie enigszins dubieus, aangezien we een kitten in huis hebben. Aan de ene kant speelt zij nog het liefst met haar eten en aan de andere kant eet ze volgens mij ook nog alles op. Dus ik vertrouw nog niet op haar oordeel.

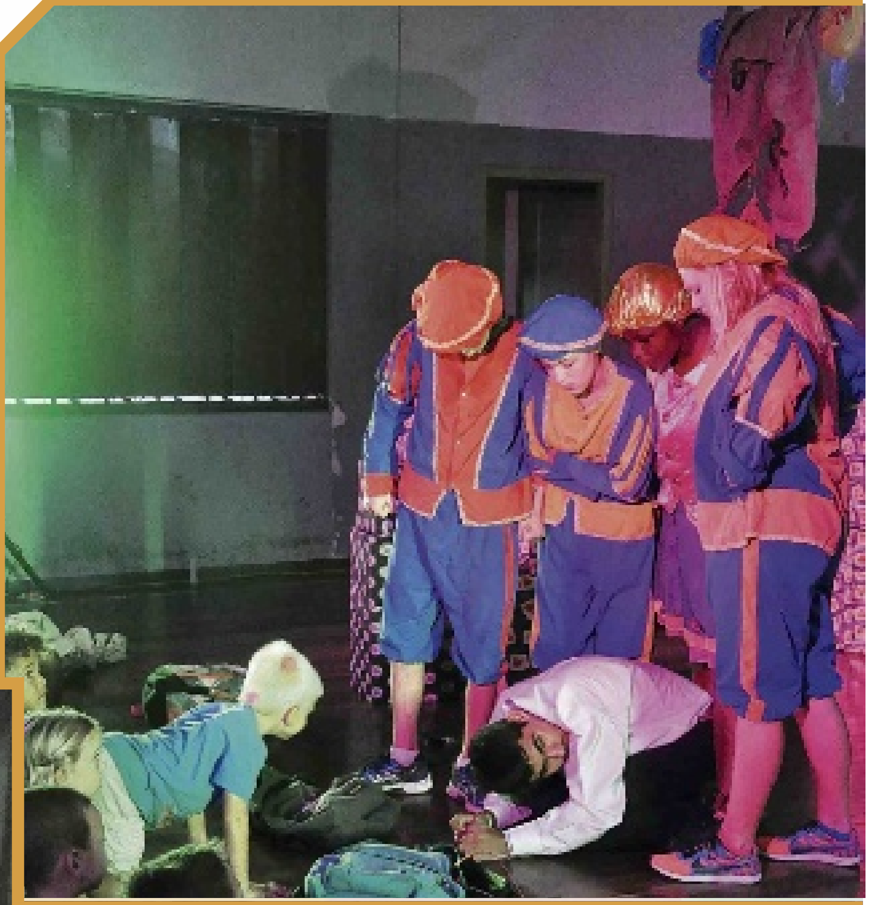
Dat je vooral je zintuigen moet gebruiken is nu ook doorgedrongen tot de mensen die verantwoordelijk zijn voor alle informatie rondom eten vanuit de overheid. Ook zij vonden dat er toch wel heel veel eten werd weggegooid. Hele pakken suiker en rijst verdwenen in de prullenbak, omdat de datum was overschreden. Droge kruiden idem dito. En de appels waar een vlekje op zat mochten ook meteen weg. Ik heb in huis best een strijd moeten leveren met mijn stiefkinderen. Met name de jongste hield goed alle data in de gaten. Niet in de laatste plaats omdat hij snel last krijgt van zijn darmen. Ik gaf regelmatig aan dat producten nog prima te eten waren. Het verhaal van meel zeven op de Antillen deed hem gruwelen en ik geloof dat het best een tijd heeft geduurd voordat hij weer een plak cake wilde eten bij ons. Al mijn argumenten werden naarmate hij ouder werd weerlegd. Ik was dus blij dat de overheid met nieuwe richtlijnen kwam om op bepaalde producten geen houdbaarheidsdatum meer op te schrijven. De mensen moeten zelf weer hun gezonde verstand gaan gebruiken om te beoordelen of iets nog goed is of niet. Met dat gezonde verstand zit het bij ons verder wel goed. Hoewel toetjes geen kans krijgen om over de datum te geraken bij ons in huis kijken we toch elke week de koelkast even na. En de yoghurt mag dan altijd nog best even blijven staan. Daar is niets mis mee. We kijken regelmatig de voorraadkast na of er producten in staan die weg moeten. Maar toch niet regelmatig genoeg, zo bleek pas geleden. We hadden een nieuw record te pakken. Anno 2015 haalde ik een Indisch kruidenpotje uit 1998 uit de kast. We zouden er niet ziek van zijn geworden, maar ik geloof ook niet dat er nog veel smaak aan zou zitten. En hoewel ze er 300 jaar geleden niet over dachten om het weg te gooien, heb ik deze toch maar weggedaan.

Uitgelicht.

Sinterklaasvoorstelling Drazans

Jeugd Theaterschool Drazans heeft afgelopen woensdag en vrijdag een Sinterklaasvoorstelling gegeven: Ingepakt! De voorstelling vond plaats in Kurá di Arte in Pietermaai. De Sint was verdwenen en de vraag was of de Pieten de Sint op tijd terug konden vinden. Iedereen die pakjesavond viert of vanavond zijn schoen zet, kan gerust zijn: Sinterklaas is terecht!

Foto's: **Ken Wong**



Medisch.

Op weg naar de nieuwe Schijf van Vijf

De Gezondheidsraad in Nederland heeft vorige maand een nieuw advies uitgebracht over de meest gezonde voeding volgens de laatste wetenschappelijke inzichten. Het is belangrijk om daar nu al kennis van te nemen.

Versgeperste sinaasappels blijkt toch niet zo gezond, want het sap bevat evenveel suiker als cola.

Tekst: **Hans de Haan**

Het nieuwe rapport 'Richtlijnen goede voeding' werd op 4 november aangeboden aan minister Edith Schippers van Volksgezondheid. De meeste richtlijnen zijn over het algemeen al langer bekend, zoals: het eten van meer plantaardig voedsel in plaats van dierlijk, het kiezen voor volkoren producten en het slechts één keer per week eten van vis. Verder het gebruik van minder zout, boter, margarine en andere vetten en het zo min mogelijk drinken van suikerhoudende dranken en van versgeperste sinaasappels, want het sap bevat evenveel suiker als cola. Nieuwe adviezen zijn het wekelijks eten van peulvruchten, het gebruik van minimaal 15 gram (ongezouten) noten per dag, het drinken per dag van drie tot vier koppen zwarte of groene thee en van slechts één (!) glas met een alcoholische drank.

Bij het lezen van dit rapport blijkt dat er een flinke verschuiving in de voedingswereld is opgetreden, want er wordt vrijwel niet meer over voedingsstoffen gesproken, maar alleen over voedingsmiddelen.

"Dat is een bewuste keuze", vertelt Eert Schoten, woordvoerder van de Gezondheidsraad. "Bij de eerste Richtlijnen Goede Voeding die in 1986 verschenen, was het denken over voedingsvoorlichting gericht op het voorkómen van deficiënties en werd alles geformuleerd in termen van voedingsstoffen."

Onderzoek

"Deze voormalige focus op voedingsstoffen was gebaseerd op het toen beschikbare onderzoek naar onder meer deficiëntieziekten", vervolgt Schoten. "Er is sindsdien steeds meer onderzoek uitgevoerd naar voedingsmiddelen, waardoor een geleidelijke verschuiving heeft plaatsgevonden in het denken over voeding. Deficiënties van vitamines en mineralen komen nu overigens nog maar zelden voor. De voedingsstoffen komen overigens expliciet aan bod bij ons advies over voedingssupplementen."

Schoten: "Wij hebben daar apart naar gekeken, omdat er veel vragen binnenkwamen over het nut van extra vitamines en dergelijke, want die worden in termen van stoffen aangeprijsd. De conclusie die we daaruit trokken is dat deze – met uitzondering van gebruik door specifieke groepen – geen meetbaar resultaat opleveren."

De Gezondheidsraad heeft zich dus nu gericht op het verband tussen voedingsstoffen, -middelen of -patronen en op de kans op het krijgen van chronische ziekten en het ontwikkelen van risicofactoren. Daarbij heeft men zich beperkt tot tien ziektes die nu in Nederland de meeste ziektelast en verloren levensjaren opleveren, waaronder hart- en vaatziekten, suikerziekte, darmkanker en COPD (een chronische longziekte). Waarom die beperking? Schoten: "Je moet keuzes maken als je het voedingsveld wilt bekijken, dus een keuze voor sommige aandoeningen, zonder de ogen te sluiten voor andere zaken. We maken soms wel een zijstapje om te laten zien dat een advies ook op een andere manier voordelig kan zijn, zoals het voorkomen van cariës, maar het gaat vooral om de vraag hoe je daar bovenop, de gezondheid kunt bevorderen en gezonde levensjaren kunt winnen. Daar richt zich nu het meeste onderzoek op." (Bron: Medisch Contact)

De nieuwe Schijf van Vijf

Het is de taak van het Voedingscentrum om de adviezen van de Gezondheidsraad in het rapport 'Richtlijnen Goede Voeding' te vertalen naar een voeding waar alles in zit wat het lichaam nodig heeft en die aansluit bij de behoeften en gewoonten van verschillende doelgroepen. Uniek aan de aanpak is dat de Gezondheidsraad adviseert over de gezondheidseffecten van voedingsmiddelen en niet meer op die van voedingsstoffen. Daarnaast zijn er productgroepen opgenomen in de richtlijnen waar voorheen geen adviezen voor bestonden, zoals noten en peulvruchten. Het Voedingscentrum is blij met de nieuwe inzichten en bouwt de komende maanden voort op dit fundament, richting de nieuwe Schijf van Vijf. Deze zal in het voorjaar van 2016 worden gepresenteerd.

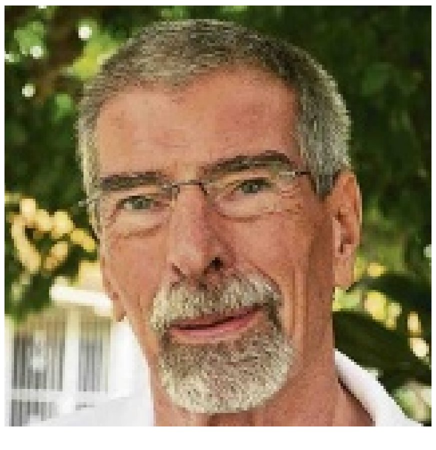
Sommige adviezen kunnen we meteen al toepassen in ons dagelijks menu. In algemene zin stelt de Gezondheidsraad voor om meer plantaardige en minder dierlijke producten te eten. Dus meer groenten, peulvruchten, noten, volkoren producten en minder rood en bewerkt vlees.

Voor een volledige voeding moet je naast deze adviezen nog meer voedingsmiddelen gebruiken om voldoende de vitamines, mineralen en energie binnen te krijgen. Dit alles komt samen in de nieuwe Schijf van Vijf, die conform de richtlijnen en met inbreng van verschillende wetenschappelijke experts zal worden gerealiseerd. Er wordt rekening gehouden met leeftijd en geslacht en de nadruk zal worden gelegd op een duurzaam eetpatroon, in het verlengde van een gezond eetpatroon. Daarnaast is er aandacht voor eetgedrag, persoonlijke voorkeuren en praktische toepassing van de adviezen. (Bron Voedingscentrum)

Kritiek op de richtlijnen

Niemand minder dan de emeritus hoogleraar filosofie, Michiel Korthals, van de Wageningen Universiteit die zelf diverse boeken over gezond eten heeft geschreven, liet zich horen hierover.

Hij vindt de richtlijnen nogal calvinistisch, dus sober, saai en onaantrekkelijk, waardoor het bij veel mensen niet zal aanslaan. "Als we zó veel lekkers moeten opgeven, werkt het sowieso niet", meent hij. "Geniet vooral", is zijn credo. Dit naar aanleiding van het advies van de Gezondheidsraad dat een flink aantal producten beter gemeden kan worden, waaronder alcohol, ongefilterde koffie, sinaasappelsap en bewerkt of rood vlees. "Meer peulvruchten en volkoren producten is goed en één keer in plaats van twee keer vis per week is ook een verbetering, want dat is goed voor het milieu, want de zee wordt toch al leeggevist." Korthals vraagt zich af of de Gezondheidsraad wel beseft dat maar een kleine groep zich wat aantrekt van haar adviezen. "Slechts 5 tot 10 procent houdt zich aan die voorschriften, daar moeten ze eens wat mee doen", vindt hij. "Ze moeten meer zeggen hoe je het eet, in plaats van wat je eet." Eet minder voorbewerkte producten en kook zelf met verse groenten is zijn advies en dat is vaak nog goedkoper ook. Hij benadrukt dat we ook meer moeten genieten van het eten en wel op zijn Braziliaans: "Dat is heel simpel: eet drie keer per dag met veel aandacht en gezelligheid, maar sla de snacks tussendoor over." Dat mensen hun glas wijn en hun kopje koffie laten staan ziet hij in ieder geval niet gebeuren.
(Bron: NOS)



Hans de Haan is arts en jarenlang actief geweest als medisch adviseur bij diverse instanties.

Beroep onder de loep.

'In tennis leer je veel mensen kennen'

Francis Hoyer blonk toen hij klein was al uit in tennis. Nu combineert hij zijn werk als technicus met dat van tenniscoach. Ook volgt hij de prestaties van de Curaçaose tennissers op de voet. Zo is hij net terug uit Londen waar hij Jean-Julien Rojer met zijn partner (Horia Tecau, red.) zag winnen.

Tekst en foto: **Kayla de Swart**

Wat houdt het werk in?

"Als tenniscoach werk ik met beginners vanaf vijf jaar tot en met ervaren volwassenen. Er zijn lessen in groepjes en ook één-op-één. Kinderen krijgen speciale rode ballen die langzamer gaan en dus niet voorbij vliegen. Voor hen zijn vooral de slagen belangrijk: forehand, backhand, volley (dichtbij het net de bal afmaken) et cetera. En tijdens de één-op-één lessen hangt het meer af van wat dat persoon wil. Met iemand die toernooien gaat spelen, ben ik strenger dan met iemand die komt om te bewegen."

Hoe lang doe je dit werk al?

"Ik werk al 22 jaar als coach. Maar ik vond het altijd leuk als sport. Ik ben kampioen geweest van Curaçao en de Nederlandse Antillen in de categorie twaalf jaar en jonger en veertien jaar en jonger. Maar ik ben toen gestopt. Later was er een periode dat ik in het bestuur zat van de Curaçao Sport Club (CSC), en er waren zoveel jeugdleden dat de trainer niet genoeg tijd had voor iedereen. Dus toen begon ik met helpen. Pas daarna haalde ik mijn eerste coaching diploma en gaf alleen op zaterdag les. Maar toen zat de zaterdag vol en werd het ook één keer in de week. En vervolgens was die dag ook vol. Zo ging het door."

Wat vind je het leukste aan je werk?

"De kinderen. Je ziet hoe ze vooruit gaan, ze beginnen te winnen. En dat maakt het de moeite waard. Ook ben ik niet iemand die de hele dag stil zou kunnen zitten. Dus zo vind ik het wel fijn dat ik buiten werk en in beweging kan zijn. Verder moet ik zeggen dat ik met tennis, ook als coach, veel landen heb leren kennen bijvoorbeeld in het Caribisch gebied, Midden-Amerika en Japan. Het enige continent dat ik niet ken is Afrika. Ik kom net uit Londen, waar ik Jean-Julien Rojer met zijn partner Horia Tecau heb zien winnen. Hoewel hij niet mijn pupil is, help ik hem wel als hij op het eiland is en erom vraagt. We zijn goede vrienden. In tennis leer je veel mensen kennen."

Wat vind je het minst leuke?

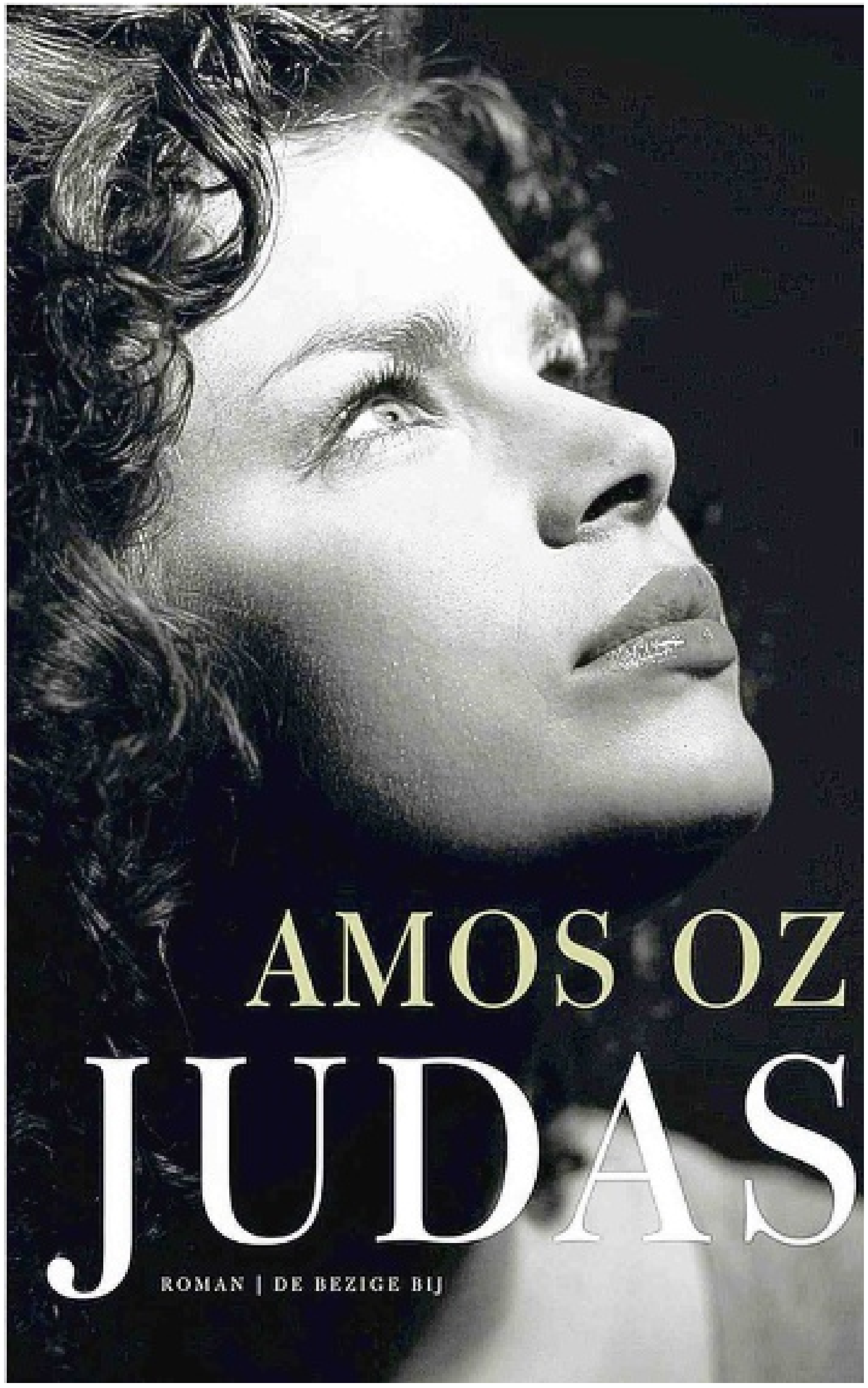
"Mensen die onsportief zijn. Ze willen altijd winnen. En met tennis is er een systeem van zelfregulatie. Je moet dus zelf zeggen of de bal in of uit is. Dan merk je dat sommigen zeggen dat de bal in of uit is terwijl dat niet zo is."

Wat was je geweest als je dit werk niet had gedaan?

"Van origine ben ik technicus. Dus ik repareer alles wat onder elektronica valt, en dat doe ik er nog steeds naast."

Het lastige onderscheid

De inmiddels 76-jarige Israëlische schrijver Amos Oz publiceerde vorig jaar zijn nieuwste roman 'Het Evangelie volgens Judas'. Zojuist is deze in Nederlandse vertaling verschenen onder de simpele titel 'Judas'. Oz schreef een kleine twintigtal romans, waarvan er talrijke in vele talen vertaald werden.



Tekst: **Brede Kristensen**

"Ik voel me verwant met een specifiek type verrader. Niet met de alledaagse, opportunistische verrader die geld ontvangt en als tegenprestatie informatie doorgeeft of van partij verandert. Ik ben geïnteresseerd in de persoon die door zijn omgeving als verrader wordt gezien, maar die in wezen, in zijn hart, de meest toegewijde, de meest loyale en de meest liefdevolle van allen is."

Een mens kan uit volle overtuiging een andere koers willen varen dan de rest. Men neemt hem die afwijkende mening zo kwalijk dat zijn loyaliteit in twijfel wordt getrokken en hij als een verrader wordt bestempeld. Zo formuleerde Amos Oz het onlangs in een interview ter gelegenheid van de publicatie van zijn nieuwste roman 'Judas'.

Binnen en buiten Israël geniet hij grote bekendheid, ook vanwege zijn kritische opstelling jegens het officiele Israëlische beleid inzake nederzettingen en de verhoudingen met de Palestijnen. Daardoor wordt hij zelf soms als verrader bestempeld. Tot zijn ergernis en verdriet, want hij ziet zichzelf als een uiterst loyale Israëli. Terecht dunkt me. Getuige bijvoorbeeld zijn ontroerend autobiografische 'Een verhaal van liefde en duisternis' uit 2002. Over zijn eigen jeugd tijdens de opbouw van het nieuwe land, zijn ouders, de vroege dood van zijn moeder, zijn ervaringen als tiener in een kibboets. Van jongs af aan was hij een onafhankelijke en kritische geest. Bepaald geen meeloper. Wel iemand op wie je aankunt. 'Judas' is een schitterend en spannend geschreven roman. De drie belangrijkste personages komen zo levendig uit de verf dat ik me niet kan voorstellen hen ooit nog te vergeten. Ieder voor zich worstelen ze met de uitdaging om loyaal te zijn jegens mensen en partijen met wie ze een onbreekbare band hebben. Hoe sterker de band en hoe sterker het gevoel van loyaliteit, hoe ingewikkelder de uitdagingen. En ook hoe pijnlijker het oordeel van medemensen wanneer die loyaliteit op proef gesteld wordt of wanneer het woord 'verrader' klinkt. Al is Oz een auteur die glashelder schrijft, hij is beslist niet de auteur van lekker weglezende verhalen. Oz snijdt actuele thema's aan en hij gaat de intellectuele discussie niet uit de weg. Of beter, de door hem in het leven geroepen personages gaan die niet uit de weg. Dat past niet bij hun aard. Zo ook in deze roman.

Hoofdpersoon is de jonge theologiestudent Sjmoeël Asj, die bezig is met een onderzoek naar de houding van joden tegenover Jezus. Omdat zijn vader failliet gaat en zijn studietoelage niet langer kan betalen, besluit hij zijn studie af te breken en een baan te zoeken. Hier komt het thema van verraad al gelijk om de hoek kijken. Rond de vader hangt een geur van verraad jegens zijn zoon en omgekeerd hangt er een geur van verraad rond de zoon jegens zijn vader die hoge verwachtingen heeft van zijn zoon en hem verwijt niet naar alternatieve vormen van financiering voor zijn studie te zoeken.

Sjmoeël behoort niet tot de meest ijverige en dynamische mensen. Hij vindt een baan als gezelschapsjongen voor een eigenzinnige oude heer Gershom Wald met een kleurrijk verleden. De vele discussies met Gershom over zionisme, de staat Israël, verraad en nog vele andere met verraad verwante zaken, zetten de lezer steeds weer verrassend aan het denken. En de lezer die onbekend is met de recente geschiedenis van Israël raakt snel vertrouwd met die geschiedenis en vooral met de verschrikkelijke dilemma's die deze in petto bleek te hebben. Plus de gevolgen van onderdrukking. Immers, zo stelt een van de personages, onderdrukten verlangen er niet alleen naar in vrijheid rechtop te kunnen lopen, ze dromen er stiekem van straks de onderdrukkers van hun onderdrukkers te worden. De ene tragedie roept de volgende op.

Dagelijks spreken Sjmoeël en Gershom elkaar. Zo verneemt hij dat zijn enige zoon, Micha, in de oorlog omgekomen is en dat de vrouw die zich maar zelden in het huis laat zien, Atalya, zijn schoondochter is. En dat haar vader een notoir kritische zionist was, die het contact met de Arabieren zocht. Die voorvoelde dat een Israël zonder vrede met Arabieren geen lang leven zou zijn beschoren. Die ook van mening was dat het 'idee van een wereld, opgedeeld in honderden staten met bewaakte grenzen, prikkeldraad, paspoorten, vlaggen, legers en muntstelsels, krankzinnig, archaïsch, primitief en moorddadig was'.

Dergelijke denkbeelden waren bezwaarlijk te combineren met het grote 'project Israël als natiestaat'. Het werd hem door Ben Goerion zozeer kwalijk genomen dat zijn val in ongenade onvermijdelijk werd. Gershom bleef Ben Goerion trouw en hij moedigde zijn zoon Micha aan mee te vechten in de oorlog voor een onafhankelijke staat Israël. Dat hij zodoende snel aan zijn einde kwam, knaagde aan het geweten van zijn vader Gershom. Had hij omwille van zijn loyaliteit jegens Israël zijn zoon niet verraden? Het knaagde ook aan het geweten van Micha's schoonvader. Waren zijn denkbeelden niet te idealistisch? En hoe konden 'zijn Arabische vrienden' nu zijn schoonzoon vermoorden, waardoor zijn dochter Atalya als jonge weduwe moest achterblijven?

tussen loyaliteit en verraad

Zijn loyaliteit jegens de zaak van de Arabieren begon hem verschrikkelijk dwars te zitten.
De dagelijkse discussies met de oude man Gershom zetten Sjmoeël aan het denken. Het blijft een verschrikkelijk geschipper. Aan de ene kant trouw blijven aan je denkbeelden, aan je dromen, en aan de andere kant de weerbarstige realiteit die je bijna dwingt ervoor te zwichten, tot verraad aan jezelf. Ergens concludeert hij dat degene die 'bereid is te veranderen, die de moed heeft zichzelf te veranderen, altijd beschouwd zal worden als een verrader door degenen die niet in staat zijn tot enige verandering en doodsbang zijn voor verandering en verandering niet begrijpen en elke verandering verafschuwen'.
Opmerkelijk is dat niemand rept van het compromis. De hoofdpersonen zijn eigenlijk allemaal dromers die weigeren de weerbarstige realiteit onder ogen te zien en naar een creatief compromis te zoeken. Ik moest denken aan de zin uit het gedicht van Hölderlin waarin hij waarschuwt dat alleen 'de goden zich kunnen permitteren daarboven in het hemelse Licht te wandelen'.
Ondertussen intensiveert zich de verstandhouding tussen Atalya en de veel jongere Sjmoeël, die verliefd op haar wordt. Atalya weet die gevoelens niet goed te beantwoorden. Is dat niet een blijk van verraad jegens haar overleden Micha? Maar er gaat nog veel meer in haar om. Als vrouw staat ze op enige afstand die typische mannendiscussies, mannendromen en mannenstrijd gade te slaan. Ze is er doodmoe van geworden. Wat viel er voor haar nog te doen? Mannen liefhebben was ze als een onmogelijkheid gaan zien. "De hele wereld is al duizenden jaren in jullie handen en jullie hebben hem in een gruwel veranderd, in een slachthuis", roept ze uit. Wat kan ze nog voor mannen betekenen? Een beetje troost bieden? Waarvoor? Ze weet het niet. Voor hun hopeloze onvermogen, misschien? Feit is dat ieder van hen op eigen wijze te onhandig is iets ervan te maken. Sjmoeël is klunzig in de omgang. Tot afstand nemen van zijn gevoelens is hij niet in staat. Atalya is het tegenovergestelde. Kortom, beiden staan zichzelf met gevoelens en overtuigingen hopeloos in de weg. Dat de afloop tragisch is, zal niet verbazen.
Wat mij betreft was dit alles meer dan voldoende stof voor een belangwekkende roman. Maar Oz voegt er nog een element aan toe en maakt dat element zelfs een hoofdelement van de roman. Een archetypisch element, maar ook een controversieel element: Judas als verrader van Jezus. Immers, de student Sjmoeël had ervoor gekozen een scriptie te schrijven over de visie van joden op Jezus. Er bestaan verschillende joodse interpretaties voor het gedrag en de motivatie van Judas. Oz laat Sjmoeël nadenken over een wel heel aparte interpretatie van Judas. Eigenlijk een interpretatie die te vinden is in een oeroude sage die deel uitmaakt van de traditie van een van de oudste kerken ter wereld, de Afrikaanse Koptische kerk.
De redenering in de saga ligt eigenlijk voor de hand. Zonder het verraad van Judas geen kruis, zonder kruis geen opstanding, geen vergeving van zonden, geen verzoening en geen hoop op de wederopstanding in een eeuwig leven voor de gelovigen. Kortom, Judas was weliswaar een verrader maar ook een cruciaal instrument in de uitvoering van Gods plan met de mensenwereld. Oz maakt hier iets spectaculairs van. Judas zou weliswaar door conservatieve joden zijn opgedragen die vreemde predikende snoeshaan Jezus

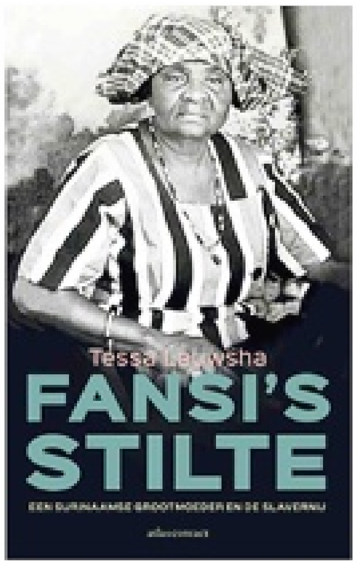
Glas in lood-raam met een voorstelling van het verraad van Judas. Cathedral Notre-Dame dAmiens, Frankrijk.

Foto: Shutterstock

van Nazareth in de gaten te houden, maar gaandeweg zou hij helemaal in de ban van hem zijn geraakt. Hij werd de meest trouwe en loyale volgeling van Jezus en hij begreep beter dan de andere discipelen wat de bedoeling was van zijn woorden. Jezus moest sterven en opstaan.

Op het kritieke moment wist Judas wat hem te doen stond. Dit vermetele heilsplan moest geëffectueerd worden. Jezus moest sterven aan het kruis en zou zichzelf van het kruis bevrijden en de hele wereld tonen dat hij de onoverwinnelijke 'zoon Gods' was. Dan zou de hele mensheid aan zijn voeten liggen. Vandaar Judas' weloverwogen 'verraad', leidend naar de kruisdood van Jezus. Maar waar Judas op gerekend had gebeurde niet. Jezus stierf en Judas voelde zich vanaf dat moment de afschuwelijk ordinaire verrader van zijn grote held. Er bleef voor hem niets anders over dan zelfmoord.
De kwestie krijgt veel aandacht in de roman. Te veel vrees ik. Vrome joden en christenen zullen aanstoot nemen aan deze onorthodoxe visie op Judas. Was het niet voldoende om Judas' geval als een van de vele voorbeelden van moeizame en twijfelachtige loyaliteit te noemen? Al die nadruk doet naar mijn gevoel afbreuk. Laten we er overheen stappen. 'Judas' is een prachtige roman, niet alleen omdat de lezer stevig aan het denken wordt gezet over loyaliteit en verraad, maar ook omdat de hoofdpersonen zozeer tot leven komen dat hun ontwikkeling ons voortdurend verrast zonder dat het ook maar een moment gekunsteld overkomt.

Letra

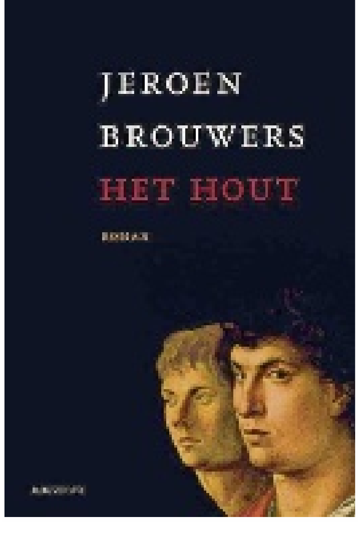


Tessa Leuwsha

Tessa Leuwsha (1967) werd in Nederland geboren, maar woont en werkt in Suriname. In 2002 ontving ze voor haar verhaal 'William' de Kwakoe-litratuurprijs. Daarna verschenen de volgende verhalen in 'Waarover we niet moeten praten' en een tweetal romans, 'Parbo-Blues' en 'Solo, een liefde'. Ze besloot de geschiedenis van haar grootmoeder, Oma Fansi, uit te pluizen. Dat heeft geresulteerd in een nieuw boek, 'Fansi's stilte', dat pas is verschenen. Oma Fansi sprak weinig over haar verleden. De gesprekken met ooms en tantes hielpen haar een beeld van de familiegeschiedenis te krijgen. Fansi werd in Guyana geboren uit een zwarte Surinaamse man die een verhouding had met de dochter van een Engelse zendeling. Dat lag gevoelig, veel gevoeliger dan omgekeerd, kinderen van zwarte moeders die een blanke vader hadden. Er werd dus geheimzinnig over gedaan. Fansi werd opgevoed in Coroni in een Surinaams gezin, door een pleegmoeder die nog als slavin werd geboren. Haar jeugd was niet eenvoudig. Fansi droeg het lastige verleden met zich mee, haar ganse leven, als een soort dreigend zwijgen. Ze droeg het ook over op haar kinderen. Toen Fansi stierf ontdekten haar kinderen dat ze nog een oude foto bewaarde van haar blanke moeder, die ze nauwelijks had gekend. De in nevelen gehulde familiegeschiedenis is exemplarisch voor de postkoloniale geschiedenis van Suriname.

Jeroen Brouwers

De ECI-Literatuurprijs voor 2015 ging vorige week naar Jeroen Brouwers. De jury had het dit jaar niet gemakkelijk. Er stonden diverse schitterende werken op de shortlist. Het werd dus Jeroen Brouwers voor zijn roman 'Het hout'. In zijn recensie voor Literatuurplein karakteriseert Guus Bauer de roman als een 'afrekening met de uitwassen binnen de jongenspensionaten die, zoals bekend, veel te lang met de mantel der kerkelijke liefde werden bedekt'. Naar eigen zeggen heeft de auteur de toestanden in dit soort internaten van nabij meegemaakt, al is hij zelf nooit het slachtoffer ervan geworden. De roman maakt in ieder geval duidelijk dat er veel niet pluis was. Veel kloosterlingen zagen er niet tegen op hun seksuele verlangens te botvieren op de jongens die aan hun zorg waren toevertrouwd. Uiteraard konden die praktijken het daglicht niet verdragen en dus heerste er een sfeer van intimidatie en dreiging. Stel je voor dat een van de jongens zou gaan praten met zijn goedgelovige ouders? Weinig van deze dubieuze opvoeders durfden het aan kritisch naar zichzelf te kijken en de schudvraag aan de orde te stellen. Al met al een beklemmend en droevig stemmende roman.



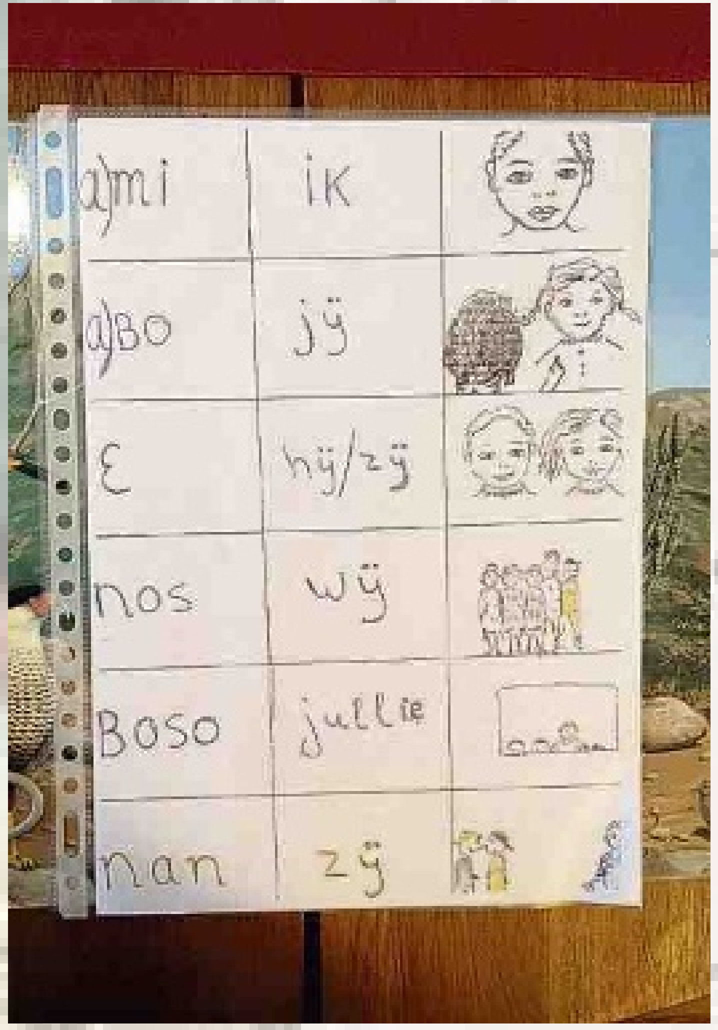
‘Goed Nederlands spreken als je moedertaal Papiaments is niet makkelijk’

“Ik wil graag die schoenen proeven”, zei de vijftienjarige Maureen Levisson toen ze voor het eerst schoenen ging kopen in Nederland. De vrouw in de winkel lachte en zei: “Nee, dat kan niet.” In een andere winkel kreeg ze als antwoord: “Dat doen we hier nooit.” Maureen ging naar nog een paar winkels en kwam zonder schoenen thuis, want nergens kon ze schoenen ‘proeven’.

Tekst en foto’s: **Judice Ledeboer**

Toen ze thuiskwam – ze woonde tijdelijk bij haar tante in Den Haag – zei ze tegen haar tante: “Ik ga terug naar Curaçao want ik kan hier nergens schoenen proeven.” Toen vertelde haar tante dat ze de verkeerde vertaling van het woord purba had gebruikt. “Purba betekent passen of proeven, maar hoe weet je of je het goede woord gebruikt? In mijn denken was proeven hetzelfde als passen. Pas in de context van de zin kun je purba als proeven of passen gebruiken.”

Nu vertelt Maureen het verhaal lachend, maar toen voelde ze zich heel ongelukkig. En dat zou niet de laatste keer zijn, want om goed Nederlands te kunnen spreken als je moedertaal Papiaments is, is niet makkelijk. “Dit gebeurt miljoenen keren. Ik weet dat dit heel veel Antillianen in Nederland overkomt.”



De persoonlijke voornaamwoorden op een rijtje.

Maureen Levisson, geboren en getogen op Curaçao woont al vanaf haar vijftiende in Nederland. Ze heeft altijd een warme band met haar geboorte-eiland gehouden. Veel familieleden wonen er nog en ze heeft regelmatig contact met hen. Ondanks het feit dat ze het grootste deel van haar leven in Nederland woont voelt ze zich nog steeds Curaçaose.

Haar vader Benno Levisson kwam ‘toevallig’ op Curaçao terecht. Hij had in Nederland de Grafische Vakschool in Utrecht gedaan en ging in 1939 naar New York om daar het drukkersvak beter te leren. Omdat zijn visum verlengd moest worden ging hij het land uit. Hij besloot toen om naar Curaçao te gaan waar hij op 10 mei 1940 aankwam. Op die dag begon de Tweede Wereldoorlog en kon hij niet meer weg.

Hij leerde Maud ‘Maudie’ Capriles kennen met wie hij trouwde en samen kregen ze drie kinderen, waarvan Maureen de middelste is. Benno Levisson werd in de oorlog Hoofd van de Sensuur, werkte bij de Curom en later bij de bekende juwelierwinkel Spritzer en Fuhrmann. Samen met zijn gezin ging hij iedere vier jaar met groot verlof naar Nederland om daar drie maanden te verblijven. Toen Maureen vijftien jaar oud was waren ze ook met verlof in Nederland. “Mijn vaders broer vroeg mijn vader of hij niet mede-directeur van de familiedrukkerij, Drukkerij Levisson wilde worden en er werd besloten om in Nederland te blijven. Ik werd bij een tante, die ik nauwelijks kende, gedropt. Mijn ouders gingen terug naar Curaçao om al onze spullen in te pakken en te verschepen en zij kwamen een paar maanden later terug naar Nederland”, vertelt Maureen.

“Ik ging naar het Nederlands Lyceum in Den Haag, waar ik in de tweede klas kwam. Ik bleef het eerste jaar zitten met een 2 voor Nederlands, maar op mijn eindexamen had ik een 9 voor dat vak. Ik kreeg extra lessen, in de pauzes oefende ik dictees en ik moest veel lezen. Ik had bij mijn eindexamen de beste boekenlijst en het beste opstel van iedereen.”

Na haar middelbare school ging Maureen naar Leiden om Culturele Antropologie te studeren, maar na twee jaar besloot ze naar de Sociale Academie te gaan en behaalde ze haar hbo-diploma Maatschappelijk Werk met specialisatie Opbouwwerk. In het tweede jaar van haar studie trouwde ze en na het behalen van haar hbo-diploma ging ze met haar man voor twee jaar naar Suriname. Daar werd Maureen Hoofd van het Jeugdwerk en had ze een eigen televisieprogramma voor en door kinderen, Ala Sranan Pikin. Na twee jaar Suriname volgde een jaar Curaçao. In 1977 kwam ze terug naar Nederland, waar ze tot op heden nog steeds woont, sinds 2005 weer in Den Haag.

“Thuis spraken we altijd Papiaments. In onze joodse groep sprak iedereen altijd Papiaments. En door mijn opvoeding en scholing op Curaçao sprak ik vier talen: Nederlands, Papiaments, Engels en Spaans. Toch was mijn Nederlands in het begin niet goed. Ik vertaalde het Papiaments letterlijk, want ik dacht in het Papiaments. Ik werk nu ook met veel Antillianen en dan merk ik dat zij dat ook doen en er komen vaak misverstanden door. Mijn tante kon me uitleggen wat ik fout deed, maar al die jonge Antillianen die in Nederland komen hebben niemand die hen kan uitleggen wat ze fout doen, dus herhalen ze die fouten. Daarom is het Nederlands spreken voor veel Antillianen zo moeizaam.”

Rap met korte ‘a’

Maureen besloot om cursussen te gaan geven. Aan Antillianen die in Nederland komen wonen en/of werken en aan Nederlanders die Papiaments willen leren omdat ze naar Curaçao of een van de andere eilanden gaan om te wonen en/of werken. Ze ontwikkelde haar eigen cursus. “In mijn cursus om Antillianen te helpen de Nederlandse taal goed te kunnen spreken, begin ik met te zeggen: In het Nederlands hebben we een doffe ‘a’. De ‘a’ van appel. Zelfs hoogopgeleide Papiamentssprekende mensen gebruiken vaak de doffe ‘a’ niet. Men is er misschien nooit op geattendeerd. Ik leer ze de doffe ‘a’ zoals in de woorden stad, strand, gat en zat. Ik laat ze ook een rap maken met de korte ‘a’. Dat leidt natuurlijk altijd tot grote hilariteit.”

De cursus heeft Maureen kunnen ontwikkelen omdat ze zelf zoveel problemen had met de Nederlandse taal. Ze is ‘ervaringsdeskundige’. Maar het gaat niet alleen om de taal want Maureen leert de cursisten ook over de culturele verschillen en verschillende beleefdheidsvormen. Daar maken veel Antillianen en ook de Nederlanders fouten mee volgens haar. “Een goed voorbeeld is de omgang met het krijgen van een cadeau. In Nederland pak je het cadeau uit waar de gever bijstaat. Op Curaçao is dat juist onbeleefd. Je legt het cadeau weg en maakt dat later open. Dat vinden Nederlanders weer onbeleefd. En een ander voorbeeld is als je zegt: ‘Ik wil naar het toilet’. Een Antilliaan stuurt je dan naar de badkamer, omdat op Curaçao het toilet veelal in de badkamer is. Men heeft het over ‘baño’. En het gebruik in Nederland om een bloemetje mee te nemen doet een Antilliaan niet, want bloemen zijn op Curaçao heel duur. Je neemt misschien een ‘lootje’ mee. Een ander voorbeeld is het lekkers op een schaaltje bij de koffie. Een Antilliaan eet rustig dat hele bakje leeg. Een Nederlander neemt er hooguit één en wacht tot hij er weer één krijgt aangeboden. De Antilliaan doet dat niet uit onbeleefdheid, want het staat er toch?”

Voorbeeld van een oefening Papiaments.

En een van de gebruiken van de Antillianen is dat er altijd iets te eten is als er gasten komen en daarom serveert Maureen ook altijd een Antilliaanse snack als ze cursus geeft: bolo en Johnny Cake, een pastechi of iets dergelijks. “En de cursisten krijgen dan ook het recept mee naar huis. In Antilliaanse kringen is het onbeleefd als je niets te eten hebt. Je eet ook op wat er aangeboden wordt. Als je dat niet doet wordt dat weer als onbeleefd gezien. En als je het echt niet lekker vindt neem je het toch en stop je het desnoods in een servetje”, aldus Maureen.

Volgens haar horen eten en drinken bij de cultuur en ze vindt dat als je naar Curaçao gaat je ook iets moet weten over de cultuur en over de muziek, literatuur en poëzie. Ze laat tijdens de lessen Papiaments muziek horen van de eilanden en leest stukken voor uit boeken.

Maureen geeft ook les aan jongeren. Ook aan jongeren die Papiaments willen leren. Op het moment geeft ze les aan twee kinderen van zes en negen jaar oud die volgende zomer met hun ouders naar Aruba verhuizen. Ze heeft zelfs cursisten gehad van vier jaar oud. “Bij kinderen werk ik vooral met de zintuigen. Ik laat de kinderen ruiken en goed kijken. Ik zet dingen op tafel, zoals een sleutel, een boek of iets dergelijks. Ik dek die objecten af en dan moeten ze vertellen – in het Papiaments – wat ze hebben gezien. Bij het ruiken en proeven worden de kinderen geblinddoekt en dan moeten ze raden wat ze ruiken en/of proeven. Deze manier werkt heel goed. De kinderen vinden het leuk. Als ik les geef aan kinderen duurt een les maar een halfuur. Voor volwassenen anderhalf uur. En na de les beloon ik de kinderen altijd. Ze krijgen een gummetje of een pen.”

Dat er behoefte is aan het leren van Papiaments is duidelijk. Een minister en een aantal hoge ambtenaren volgden lessen bij Maureen en ook de delegatieleden van de Rijksdienst Koninkrijksrelaties hebben een cursus gevolgd voordat ze enige tijd geleden een bezoek brachten aan Curaçao. “Alle leden van de delegatie waren enthousiast en nu volgen ze een vervolgcursus”, vertelt Maureen. Ook hoge ambtenaren van het Kabinet van de Gouverneur volgden een cursus bij Maureen voordat zij naar het eiland vertrokken. En een hoge marineman was zelfs in staat om bij zijn nieuwe functie op Curaçao een speech in het Papiaments te geven. Hiermee haalde hij zelfs de kranten. Maureen vertelt dit met trots, want dit ziet zij als een bewijs dat haar methode al op korte termijn vruchten afwerpt.

Maureen Levisson

De spoedcursus Papiaments bestaat uit een basiscursus van tien lessen van anderhalf uur. Antillianen die een cursus Nederlands willen volgen, volgen de door Maureen ontwikkelde cursus Eksito. “Deze heb ik speciaal geschreven vanuit het Papiaments naar het Nederlands en leert de Antillianen waar de knelpunten zitten. Antillianen halen vaak spreekwoorden door elkaar, er worden fouten gemaakt met zinsconstructies en er zijn problemen bij de uitspraak zoals ik al eerder vertelde over de doffe ‘a’. Ze leren ook over de cultuur in Nederland zodat ze niet voor verrassingen komen te staan als ze in Nederland zijn.” Maureen wil jongeren die naar Nederland komen om te studeren graag helpen met haar laagdrempelige cursus alsook oudere Antillianen die lange tijd geen Nederlands gesproken hebben en weer naar Nederland gaan. “Want hoe komt het dat als je in het Papiaments denkt, het dan in het Nederlands toch anders overkomt?”

Work & Travel met Elton

Hoe meer hij reist, hoe meer hij van Curaçao gaat houden. Voorlopig is hij echter nog op wereldreis. Docent Aardrijkskunde Elton Sint Jago doet in de Ñapa maandelijks verslag van zijn belevenissen.

Nippon deel 1/2

'Konnichiwa' en welkom in Japan! Dit land stond hoog op mijn lijst en ik heb er ontzettend van genoten. Het was minder duur dan verwacht (dankzij de sterkere dollar), erg schoon, alles is netjes en functioneert prima. De klantenservice is uitstekend, overal en altijd werd ik met een glimlach geholpen. Mocht het op Curaçao ook maar een klein beetje zo zijn!

Tekst: **Elton Sint Jago**

Todai-ji tempel.

Japan is erg modern maar toch een hele andere wereld qua cultuur en gewoontes. Heel apart vond ik onder andere de verwarmde toiletbrillen en de 'manga cafés' waar men stripverhalen gaat lezen.

Ik begon in Osaka, de tweede stad van Japan met circa 20 miljoen inwoners. Het iconische Osaka Castle staat in het midden van een groot park en vanaf de top geniet je van uitzichten over de hele stad. Het Osaka Museum of History, dicht bij het Osaka Castle, was ook een bezoekje waard. 's Avonds is het gezellig druk in de winkelstraten Ebisubashi-suji en Shinsaibashi-suji, vol winkels en restaurants met veel verlichting en de 'Pachinko slots', een Japanse versie van een casino. Een bezoek aan het Shin-Sekai gebied is ook de moeite waard met zijn Tsutenkaku toren, een symbool van Osaka. Shin-Sekai heeft zijn eigen identiteit en wordt vooral door de arbeidersklasse bezocht. Hier heb ik sushi gegeten, dat mag je natuurlijk niet missen als je Japan bezoekt!

De Sumiyoshi Taisha shrine (heiligdom), gebouwd in de derde eeuw, bestaat uit verschillende hallen met traditionele architectuur en is gelegen in een prachtige tuin met planten, een vijver en een apart bruggetje.
Ik nam de trein voor een dagbezoek aan Nara, een oude hoofdstad gesticht in de achtste eeuw. De meeste historische gebouwen bevinden zich in Nara Park, bekend om de herten die er rondlopen. De Kofuku-ji Tempel en de Five-Story Pagoda zijn de eerste gebouwen die ik gezien heb, maar de mooiste en meest interessante vond ik de Todai-ji Tempel. Binnen tref je een enorm, bronzen Boeddha-beeld; naar zeggen het grootste in Japan. Het Kasuga Taisha tempelcomplex is bekend om zijn grote aantal lantaarns die binnen hangen en de betonnen lantaarns buiten langs het pad.

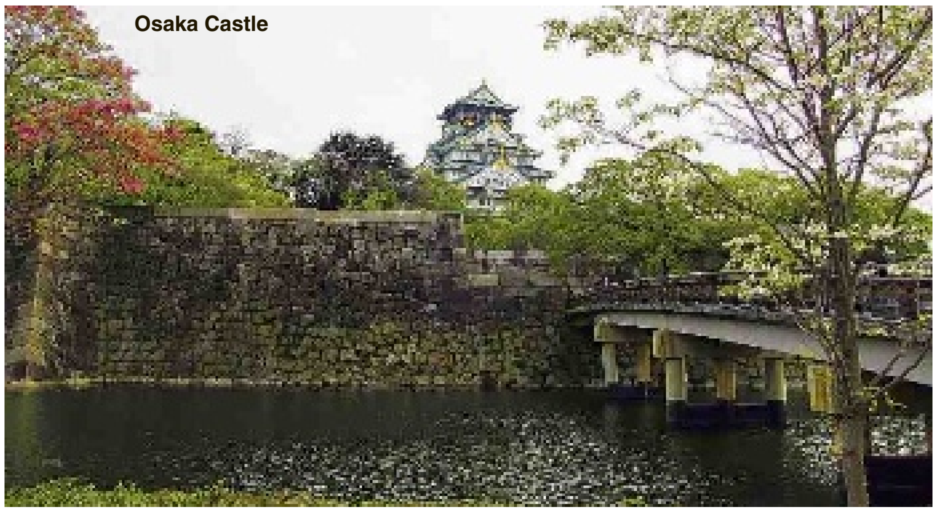
Mijn volgende stop was Hiroshima. Met meer dan een miljoen inwoners, staat Hiroshima bekend als de plek waar de eerste atoombom tegen de mensheid gebruikt werd op 6 augustus 1945. Vanuit mijn hostel kon ik makkelijk naar het Peace Memorial Park lopen. Op een brug over de Motoyasu rivier stonden een heleboel mensen handtekeningen te vragen voor een wereld zonder kernwapens en ik heb ook getekend. Of het echt gaat helpen, weet ik niet. Het feit dat verschillende landen kernwapens hebben, is eng. Wapens heb je omdat je ze een keer wilt gebruiken, toch? Vanaf de brug was de Atomic Bomb Dome goed te zien, het enige gebouw dat er sinds de aanval nog staat. Het Hiroshima Peace Memorial Museum is een must, waar van alles te zien en te lezen is over deze verschrikkelijke gebeurtenis. Onder andere beschadigde kleren en andere bezittingen van slachtoffers worden daar tentoongesteld. Verder zijn er verschillende video's waar overlevenden hun verhaal vertellen. Het heeft zeker veel indruk op mij gemaakt. Het moest verschrikkelijk geweest zijn hoe tienduizenden onschuldige mensen bewust om het leven gebracht zijn. Het was gewoon crimineel, een massamoord; het is op geen enkele manier goed te praten. Verder heb ik in Hiroshima de Shukkeien Gardens bezocht met aangelegde Japanse tuinen en heb ik ook een beetje door het centrum gezworven langs de Hondori Street.

Op de achtergrond de Tsutenkaku-toren.

Met andere reizigers uit de hostel bezocht ik het eiland Miyajima. We namen eerst de trein en daarna de ferry naar het eiland met een drijvende torii (Japanse poort) vlak voor de kust. Op het eiland hebben we de Mt. Misen (535 meter) beklommen. Vanaf de top kon ik verschillende eilandjes in de Seto Binnenzee zien en even later ging de zon onder, prachtig! Terug in Hiroshima gingen we allemaal 'okonomiyaki' eten. Het is een populair gerecht in het Kansai gebied dat bestaat uit een soort pannenkoek gevuld met vlees, groenten, noedels enzovoorts. De tafels hebben een roostertje in het midden waarop je de okonomiyaki warm kunt houden.

Meer Japan in mijn volgende verslag!

Seto Binnenzee.



Osaka Castle

Food for thought.

China kent veel verschillende keukens

Een Chinese maaltijd... wie houdt er hier niet van? Ongezonde vetten en MSG weerhouden tegenwoordig menigeen ervan om van Chinese maaltijden te genieten. Maar wat als u zelf Chinees eten kunt klaarmaken? Zeker de moeite waard om het te leren en een paar basisingrediënten uit de Chinese keuken thuis te hebben.

Tekst: **Miriam de Windt**

China is een groot land met verschillende volkeren en hun culturen. De provincies in China hebben sterk wisselende klimaten waardoor voedselbronnen ook sterk van elkaar verschillen. We kunnen dan eigenlijk niet spreken van één Chinese keuken.
Er kunnen tientallen keukens onderscheiden worden, elk met een eigen karakter en aparte smaken.
Maar er zijn er vier die internationale bekendheid hebben: Noord-China (Peking keuken), Oost-China (Shanghai keuken), Centraal- en West-China (Szechuan keuken) en Zuid-China (Kantonees).
De Peking keuken wordt ook wel de keizerlijke Chinese keuken genoemd. Peking Duck is één van de meest bekende gerechten. De Shanghai keuken is vetarm en mild van smaak. Hier vindt u de meeste visgerechten.
De Szechuan keuken typeert zich door de sterk gekruide, pittige gerechten en veel vegetarische maaltijden.
Eén aspect blijft gemeenschappelijk: de Yin-Yang filosofie. Yin-Yang staat voor tegenstellingen.
In de Chinese keuken is Yin-Yang bijvoorbeeld zoet en zuur in hetzelfde gerecht, of knapperig en mals.
De manier waarop de gerechten worden gepresenteerd en geserveerd is ook karakteristiek voor de Chinese keuken.
Het recept dat wij u deze week aanbieden is makkelijk om specifieke ingrediënten uit de Chinese keuken uit te proberen.

Miriam de Windt is diëtiste en natural nutritionist.
T 889-1788
C 520-6932
E mdewindt@scarlet.an.

Sesamzaad en -olie

Sesamzaad wordt al sinds duizenden jaren gebruikt en komt oorspronkelijk uit Afrika en werd van daaruit verspreid naar China en India en de rest van de wereld.
Culinair heeft sesamzaad veel toepassingen. Van sesamzaad worden veel zoete gerechten gemaakt, zoals halva, een Turkse zoete lekkernij. Bekend zijn de sesamkoekjes met honing. En niet te vergeten onze lokale 'zjozjolí'. Sesamzaad wordt veelvuldig gebruikt bij brood, zoete en zoute koekjes en gebak. Het wordt ook gebruikt bij allerlei vlees-, vis- en groentegerechten.
Van gemalen sesamzaad wordt tahini gemaakt. Tahini wordt als smaakmaker veel in de Griekse keuken en het Midden-Oosten gebruikt. U kunt het ook gebruiken als smeersel op brood.
Sesamzaad bestaat voor 40 tot 60 procent uit olie. Sesamolie kan goed verhit worden en is dus geschikt om mee te bakken en te braden, maar ook om koud te gebruiken in saladedressings. Sesamolie heeft een nootachtige smaak en een aromatische geur.

Arachideolie

Arachideolie wordt gewonnen uit pinda's die voor bijna de helft uit olie bestaan. Het voordeel van arachideolie is dat je het heel hoog kunt verhitten, ideaal voor roerbakken. Iedereen doet er verstandig aan om oliën niet hoger te verhitten dan het rookpunt. Dan begint de olie te ontbinden en wordt giftig. Een hoge temperatuur is vereist om te frituren en te wokken. Geen wonder dat arachideolie één van de oliesoorten is die veel gebruikt wordt in de Chinese en andere oosterse keukens, waar veel gewokt wordt. Arachideolie is ook vrij lang houdbaar.

Rijstwijn

Rijstwijn, Chinees of Japans, wordt gemaakt van gestoomde rijst die gefermenteerd wordt. Deze brij wordt geperst, helder gemaakt, gepasteuriseerd en gedurende ongeveer een jaar gerijpt. Saké is de Japanse naam. U kunt rijstwijn gewoon drinken. De smaak lijkt een beetje op sherry.
In de Chinese of Japanse keuken wordt het veel gebruikt om eventuele nare geurtjes van vis of vlees te neutraliseren. Rijstwijn in marinades of een scheutje om mee af te blussen geeft uw vleesgerecht een Aziatisch tintje. Rijstwijn is onmisbaar in de Chinese keuken.

Analyse

Hetgeen in het oog springt, zonder berekeningen, is de hoeveelheid olie. Om het vlees snel te wokken is weliswaar een ruime hoeveelheid olie nodig. U wilt namelijk niet dat het vlees aanbakt of te lang duurt om te garen, met het risico dat de biefstuk taai wordt. Wokken moet altijd snel kunnen gebeuren. Een advies is om de olie die uitlekt, niet terug te doen in de wok. De lente-ui en de peper zijn immers snel gaar.
Dierlijk eiwit, zout en cholesterol zijn ook aan de hoge kant, alsook eiwitten en cholesterol afkomstig van het vlees. 500 gram vlees voor vier personen is niet overdreven veel. Voor de rest van de dag dient u niet veel meer dierlijke producten te gebruiken. Neem vooral plantaardige voedingsmiddelen, rauwkostsalades, fruit of graanproducten met soja- of amandelmelk. Voor wat betreft goede voedingsstoffen, is dit gerecht alleen rijk aan ijzer, door de biefstuk. De overige voedingsstoffen worden matig geleverd. Is ook niet vreemd, gezien het feit dat dit gerecht alleen het vleesgerecht is. Zorg voor voldoende groente en niet te veel rijst, voor een gebalanceerde Chinese maaltijd.
Voor een natriumbeperkte voeding dient u de overige maaltijdcomponenten zonder zout klaar te maken.
Het recept ongewijzigd voor wat betreft de hoeveelheid olie en de bereidingswijze, is helaas ongeschikt voor een vetbeperkte voeding.

Maar... het blijft een makkelijk en goed recept om Chinees eten klaar te maken.

Kook mee met May.

Ingrediënten:
1 pond kogelbiefstuk

Voor de marinade:
2 theelepels sesamolie
1 eetlepel rijstwijn (kiukiang)
½ theelepel zout
1 eiwit
2 theelepels gembersap
2 theelepels lichte sojasaus
2 theelepels maïzena

Chilibonensaus:
½ cup arachide olie
1 promèntè, pitten verwijderd, heel fijn gesneden
2 theelepels Chinese bonensaus met chili's
1 theelepel fijngehakte knoflook
2 eetlepels oestersaus
10 lente-uien in stukjes gesneden
3 eetlepels kippenbouillon

Bereidingswijze:
De biefstuk 20 minuten in het vriesvak van de ijskast plaatsen tot het vlees stevig genoeg is om er hele dunne plakjes van te snijden.
Marinade-ingrediënten mengen, vlees toevoegen en 20 minuten in de ijskast zetten.
Wok verhitten, olie toevoegen. Als de olie goed heet is, vlees toevoegen.
Snel roerbakken tot het vlees zijn kleur verliest, 1 minuut. In een zeef boven een schaal laten uitlekken. De opgevangen olie terug doen in de wok. Verhitten. Lente-uien, promèntè, chilibonensaus en knoflook toevoegen. 30 seconden roerbakken.
Bouillon en oestersaus toevoegen. 30 seconden laten pruttelen.
Vlees terug doen in de wok.
Alles goed omscheppen. Direct serveren met rijst.

Voor 4 personen
Eet smakelijk, May

'Het groote zedenbederf

Ter gelegenheid van het 160-jarig bestaan van het Sint Elisabeth Hospitaal wijdt de Ñapa enkele artikelen aan de medische wereld op Curaçao tussen 1816 en circa 1930. Vandaag: geslachtsziektes.

Tekst: **Jeannette van Ditzhuijzen**

Emilia was 21 jaar toen ze op 21 december 1855 als vierde patiënt werd opgenomen in het nieuwe gasthuis. Ze was een slavin van A. Jesurun en had syfilis, een wijdverbreide ziekte in de havenstad Willemstad. Al in 1829 hoorde de schrijver Bosch van de pastoor dat het in de steegjes van Otrobanda 'van de hoerhuizen wemelt'. Enkele jaren later stelde collega Teenstra vast dat er op Curaçao 'zooveel te meer venerische lijders van verschillende soort en geaardheid' zijn.

Militairen en zeelieden waren maanden van huis, dus het is niet vreemd dat de Curaçaose dames van plezier goede zaken deden, met alle gevolgen van dien. In 1879 spreekt het Koloniaal Verslag van veel lijders aan syfilitische ziekten. 61 militairen werden gevaccineerd, bij 25 van hen was dit succesvol. Ook prostituees met syfilis werden aangepakt. Zij werden door de politie naar het gasthuis overgebracht, 'zoodra zij door de besmette militairen worden aangewezen'. Dat gebeurde nogal eens. Zo meldde dokter Ferguson op 12 september 1863 dat een marechaussee de vrouw had kunnen aanwijzen die hem had besmet.
Een week eerder kon matroos Kleinschmidt helaas niet meer vertellen dan dat hij ene Juliet had voorgesteld om bij haar te slapen. Ferguson: "Dit heeft zij geweigerd, zeggende geen huis te hebben; maar intusschen gaf zij hem in de vleeschhal gelegenheid om de Coïtus met haar uit te oefenen. Hij zegt bij die gelegenheid besmet te zijn geworden." Meer wist Kleinschmidt niet te melden.

Syfilis-advertentie

Ondeugd

In een brochure voor een tentoonstelling over koloniale geneeskunde in Amsterdam (1883) noemde dokter David Ricardo Capriles als oorzaken van krankzinnigheid onder meer de 'ondeugd in al haar afschuwelijke vormen; de verschrikkelyke gevolgen van dronkenschap, venerische en syphilitische ziekten, spermatorrheën en zelfbevlekking bij onze paupers'. Zij verklaarden volgens hem 'het grootste aantal lijders [...] vooral in ons krankzinnigen-gesticht, hetzy direct of indirect'.
Hiervoor en vanwege zijn teksten over de armenzorg werd Capriles vervolgens neergesabeld. Op verzoek van stadsgeneesheer Salomon Lansberg onderzocht dokter Abraham Jesurun de oorzaken van krankzinnigheid in het gesticht. Bij vier van de 24 patiënten bleek de oorzaak onbekend, een vijfde was nog niet onderzocht, van de negentien overigen bleken er zes opgenomen na overmatig drankgebruik, een losbandig leven of 'geslachtelijke overprikkeling'. Venerische ziekten waren geen oorzaak van de krankzinnigheid, aldus Jesurun. Daarmee was wel voldoende aangetoond dat Capriles overdreef, vond men.
Zijn geschriften werden zelfs in Nederlandse kranten door voor- en tegenstanders besproken. Volgens de Nieuwe Rotterdamsche Courant was de brochure volstrekt niet wetenschappelijk en had Capriles zich 'aan verregaande overdrijving en meer nog schuldig gemaakt'. Andere kranten verdedigden Capriles, zoals de Amsterdamsche Courant: "Het bestuur van Curaçao is de oogen geopend en in den schandelijken toestand van onrein- en onzedelijkheid is sedert verbetering gebracht [...]."
De arts Cola Debrot meende in 1969 dat Capriles zijn tijd ver vooruit was. Dankzij Capriles was er volgens hem iets gedaan aan de huisvesting van de armen, en werden alcoholisme en geslachtsziekten bestreden.

Willem Hendrik Winkel

Walging

Begin twintigste eeuw kregen geslachtsziekten serieuze aandacht. Aanleiding was een rapport van jonkheer Van Weede over de haven van Curaçao (1911). Uitbreiding daarvan was belangrijk, maar een regeling der prostitutie evenzeer, meende hij. Want uit angst voor besmetting met geslachtsziektes zou menig oorlogs- en passagiersschip de Curaçaose haven mijden.

"De slechte verleiding biedt zich overal aan en dringt zich aan hen op", schreef de Amigoe in 1912. En [...] 'dat hier in onze stad des avonds zeer veel gezien wordt wat het daglicht niet kan verdragen en aan een fatsoenlijk, wel opgevoed mensch aanstoot geeft, neen, nog erger, zelfs walging veroorzaakt'.
Tot in de Nederlandse Tweede Kamer werd de wens uitgesproken dat 'de Minister zijn aandacht wil schenken aan het groote zedenbederf te Willemstad'. Dat gebeurde. Op gezag van Nederland kwam in april 1916 dokter Th.G. den Houter als adviseur naar Curaçao.
Den Houter vond de situatie op het eiland weliswaar niet ernstiger dan elders, het feit bleef dat 'eene vrouw, die zich aan prostitutie overgeeft, vroeg of laat, meestal vroeg besmet wordt, en dat de man, die met zulk een besmette vrouw geslachtsgemeenschap heeft, groot gevaar loopt zelf besmet te worden'.
In reglementering van de prostitutie, zoals Van Weede wilde, zag hij niks. Den Houters oplossing: de oprichting van een kliniek en polikliniek voor besmettelijke geslachtsziektes. Door kosteloze behandeling van lijders aan venerische ziekten zou de besmetting zich niet verder kunnen uitbreiden. Ook het geven van voorlichting was een taak van de polikliniek.

Polikliniek

De polikliniek werd eind 1916 ingericht aan de Werfstraat 6 (nu Stadsherstel). Dit huis had Jacob Penso in 1912 aan het gouvernement nagelaten op voorwaarde dat het een sanatorium zou worden. Dokter Jacobus Ellis was de arts in deze kliniek, later werd dat Willem Hendrik Winkel.

Juichend schreef de Amigoe: "Laten de Marine- en de Scheepsdokters eens komen kijken. Als ze meer poliklinieken van dezen aard gezien hebben, zullen ze verstomd staan, dat ook Curaçao zulk een hoogst modern Instituut rijk is."

te Willemstad'

Omdat de patiënten zich voor deze vernederende ziekte schaamden, wilde Den Houter vooralsnog geen gedwongen opname: "[...] vooral in zake bestrijding van besmettelijke geslachtsziekten, zoo nauw aan de prostitutie verwant, zal men liefst zooveel mogelijk door voorlichting, overreding, moreelen drang enz. trachten te bereiken."
Toch kwam er in 1921 een verordening op gedwongen behandeling en werden personen strafbaar gesteld, die een ander hadden besmet wetende dat ze een geslachtsziekte hadden. Volgens de Amigoe (1929) was deze maatregel 'practisch van nul en geener waarde'.

Werfstraat 6

Zeemanshuis

In die beginjaren, van 1918 tot 1921, kende Curaçao een Vereniging ter bestrijding en voorkoming van geslachtsziekten. Hoofddoel: voorkomen dat jonge vrouwen op het verkeerde pad raakten. Daartoe gaf de vereniging een tweetalige brochure uit – 'Een ernstig woord aan het Curaçaosche Volk' – waarin op de gevaren van geslachtsziekten werd gewezen. Verder probeerde men vrouwen die uit de polikliniek waren ontslagen aan werk te helpen. Volgens de vereniging was 30 procent van de met geslachtsziekten besmette personen jonger dan twintig jaar.
De vereniging richtte in 1919 een zeemanshuis op om 'in deze havenplaats den zeeman een zindelijk tehuis te bezorgen voor weinig geld'. Dit was gevestigd aan de Bitterstraat 2 en kreeg gouvernementssubsidie. Het bleef in elk geval nog tot 1927 bestaan. In 1931 kwam er aan de Klipstraat 51 een katholiek zeemanshuis.

Met de polikliniek ging het intussen op en af. Niet alleen drongen volgens het jaarverslag van 1920 'besmette beroepsvrouwen' het eiland binnen; het Koloniaal Verslag meldde dat 1920 moeilijk was vanwege onwil en de slechte opkomst van patiënten die buiten de polikliniek woonden (155 tegen 179 opgenomen patiënten). Ook in 1923 kwamen de patiënten maar moeizaam naar de polikliniek, zodat geregeld werd overgegaan tot gedwongen behandeling.
In 1921 had de Belastingcommissie zelfs voorgesteld om de polikliniek maar op te heffen. Er werd te weinig resultaat geboekt en de kosten waren relatief hoog. De Amigoe was tegen. "Niet opheffen, maar verbeteren", stelde de krant voor. De polikliniek bleef en in 1923 meende de gouverneur tijdens de begrotingsbehandeling 'dat de polikliniek in een havenplaats als Willemstad voorshands niet gemist kan worden'.
Leden van de Koloniale Raad hadden de vraag gesteld naar de zin van de kliniek, zolang ze in de omringende landen niets aan de bestrijding van geslachtsziekten deden. Volgens de gouverneur was dat juist een reden om door te gaan. Hij wees erop dat 'iedere onbehandelde armlastige syphiliticus [...] geacht [kan] worden in de toekomst een bron van uitgaven ten laste van het krankzinnigenwezen te zullen zijn'.

Mundo Nobo

De Tweede Kamer deelde die mening en wees ook op de vele mannen die buiten het eiland werkten: "En het gebeurt ook meermalen, dat de emigrant bij zijn thuiskomst niet veel anders meebrengt dan een geslachtsziekte. Voorkoming van emigratie door uitbreiding van loonende werkgelegenheid in de kolonie is daarom van groot economisch en zedelijk belang."

Omdat het pand aan de Werfstraat in verval raakte, werd de polikliniek in 1925 verplaatst naar het oude gelekoortshospitaal op Mundo Nobo, met dokter Winkel als behandelend arts. Volgens de Amigoe werden in deze nieuwe kliniek in 1928 100 mensen extern en 181 intern behandeld. Minder dan in het stichtingsjaar, toen 219 patiënten intern waren opgenomen.

Nodig was het wel. Eind jaren dertig werd op Curaçao een derde van de baby's dood geboren vanwege een met syfilis besmette moeder. Pas veel later, na de Tweede Wereldoorlog, konden geslachtsziektes zoals syfilis en gonorroe met penicilline worden behandeld.

Willem Hendrik Winkel 1885-1943

Na zijn artsenstudie in Amsterdam keerde Winkel in 1913 terug naar Curaçao, waar hij drie maal per week in Botica Nacional aan de Breedestraat (O), 'gratis voor de onvermogenden te consulteeren' was. Een jaar later werd hij directeur van de quarantaine-inrichting. Eind 1914 verruilde hij die functie alweer voor die van armendokter in de stad beoosten de haven en het 2e district. Dat bleef hij tot 1920, in welk jaar hij in het huwelijk trad met Maria Elizabeth Brown Gorsira.
De jaren daarna had hij als gouvernementsgeneeskundige diverse, vaak tijdelijke functies. Van 1921 tot 1924 was hij lid van de Examencommissie, die (buitenlandse) artsen moest examineren die opgeleid waren aan een niet door de gouverneur erkende hogeschool. Verder had hij een particuliere praktijk, vanaf 1924 aan de Sprocksteeg 2-4. Na de verhuizing van de polikliniek voor geslachtsziekten naar Mundo Nobo was Winkel daar de gouvernementsgeneeskundige.
In augustus/september 1930 raasde orkaan 'San Zenon' over Sto. Domingo met minstens 2000 doden en nog eens duizenden gewonden. Uit Curaçao vertrok in oktober een hulpcomité daarheen, waarvan ook dokter Winkel als gouvernementsgeneesheer deel uitmaakte. Samen met officier van gezondheid 2e klasse Mellema der Koninklijke Marine behandelde hij in het hospitaal Padre Bellini ernstig gewonde patiënten.
De Dominicaanse overheid was zo tevreden, dat zij beide artsen verzocht om met een Britse scheepsarts een onderzoek in te stellen naar de toestanden in alle Dominicaanse ziekenhuizen en voorstellen te doen voor verbeteringen. "Dit was voor hen, hoewel vereerend, lang geen gemakkelijke opdracht", schreef de Amigoe destijds.
Tijdens de oorlogsjaren was Winkel voorzitter van de onderafdeling Curaçao van het Nederlandse Rode Kruis. Hij overleed te vroeg, in 1943. De Amigoe schreef over hem: "Behalve in medische kringen genoot de overledene ook groot aanzien in andere kringen. Als Voorzitter van de Curaçaose Sportclub had hij een actief aandeel in de organisatie van verschillende sportontmoetingen."

Oh dennenboom, oh dennenboom…

Op weg naar huis kwam ik er minstens drie tegen. Winkels volledig uitgerust met artikelen voor de feestdagen. Van kerstbomen tot chocoladeletters. Kerstmarkten staan op de agenda, woningen en bedrijfspanden worden omgetoverd tot sprookjesachtige bezienswaardigheden en ondernemers stellen zich in op de verkoop van kerstbomen, pagara's en cadeau-artikelen.

Tekst: **Didi M. Wildeman**

De voorbereidingen voor de maand december zijn in volle gang. Vorige week heeft u de laatste kerstbomen uitgestald in uw winkel en u bent klaar voor de aan de feestdagen gerelateerde drukte, althans dat is uw bedoeling. De kerstbomen, die u middels telefonische order heeft besteld bij uw vertrouwde leverancier, zijn dit jaar niet van dezelfde kwaliteit als u gewend bent. Sinds enkele dagen vallen de naalden uit en sommige bomen hebben al grote kale plekken. Na telefonisch onderhoud met de leverancier blijkt dat hij zo kort voor kerst de juiste bomen niet meer in voorraad heeft. De kerstbomen verkopen niet en u wendt zich tot de leverancier om uw schade te verhalen. De leverancier wijst u op de exoneratieclausule en de Algemene Voorwaarden op de pakbon en geeft aan dat u als koper de plicht heeft om de zending te controleren en binnen 7 dagen melding te maken van enig gebrek. Nu er 7 dagen zijn verstreken, heeft u volgens de leverancier alle rechten terzake tekortkomingen in de nakoming van de overeenkomst door de leverancier verloren.

In mijn vorige artikel lichtte ik toe op welke wijze u uw wederpartij in gebreke dient te stellen, indien uw wederpartij zijn of haar verplichtingen jegens u niet of niet behoorlijk nakomt. Stel nu dat u uw wederpartij in gebreke heeft gesteld en de wederpartij onder het nakomen van zijn of haar verplichting uit tracht te komen met een beroep op een exoneratieclausule en de Algemene Voorwaarden. Heeft een dergelijk beroep van uw wederpartij kans van slagen?

Algemene Voorwaarden

Algemene Voorwaarden komen we in het handelsverkeer nagenoeg op dagelijkse basis tegen. Middels Algemene Voorwaarden wordt de wijze waarop uitvoering aan een overeenkomst wordt gegeven geregeld. De wet, meer in het bijzonder artikel 6:233 van het Burgerlijk Wetboek (BW), bepaalt dat een clausule in de Algemene Voorwaarden vernietigbaar is indien de clausule onredelijk bezwarend is voor de gebruiker en de gebruiker de wederpartij geen redelijke mogelijkheid heeft geboden om van de Algemene Voorwaarden kennis te nemen.
Een exoneratieclausule is een bepaling in een overeenkomst waarbij een partij de op hem rustende aansprakelijkheid zo veel mogelijk tracht te beperken. Exoneratieclausules zijn overal te vinden. In overeenkomsten en welhaast alle Algemene Voorwaarden. Het uitgangspunt is dat een exoneratieclausule getoetst wordt aan dezelfde maatstaven die gelden voor het tot stand komen van een overeenkomst. De invulling daarvan is in de rechtspraak verder ontwikkeld.

Gebonden aan exoneratieclausule

Onlangs heeft de Hoge Raad een uitspraak gedaan over de toepasselijkheid van een op afleverbonnen afgedrukte exoneratieclausule (ECLI:NL:HR:2015:3013). In onderhavige zaak gaat het om een telefonisch gesloten overeenkomst tot levering van potgrond. Bij de meest recente levering werd verkeerde potgrond geleverd, waardoor de cactuskwekerij schade leed. Een poging tot verhaal van haar schade leidde niet tot succes. De leverancier wees op het exoneratiebeding, waarmee de hoogte van het eventueel uit te betalen schadebedrag werd beperkt en bovendien het verhaalsrecht van de afnemer verloren ging, wanneer hij niet binnen 7 dagen na ontvangst van de goederen zijn schade had gemeld.

Waar het hof oordeelde dat een op afleverbonnen afgedrukte exoneratieclausule niet geldig tussen partijen is overeengekomen, nu onder meer de leverancier heeft nagelaten een exemplaar van de leveringsvoorwaarden aan haar afnemers toe te zenden met de mededeling dat de voorwaarden van toepassing zijn op al haar leveringen, slaat de Hoge Raad een andere weg in. De Hoge Raad bevestigt de toepasselijkheid van de exoneratieclausule. De omstandigheid dat partijen beide professionele partijen zijn, eerder zaken met elkaar hebben gedaan en een dergelijke aansprakelijkheidsbeperking in onderhavig geval gebruikelijk is, hebben mede tot deze beslissing geleid.

Gelet op deze uitspraak van de Hoge Raad, loopt u het risico dat u de kale kerstbomen als ondernemersverlies moet incasseren. Het preventief laten nakijken of het opstellen van Algemene Voorwaarden door een jurist, kan dan ook een kostenbesparend effect hebben.

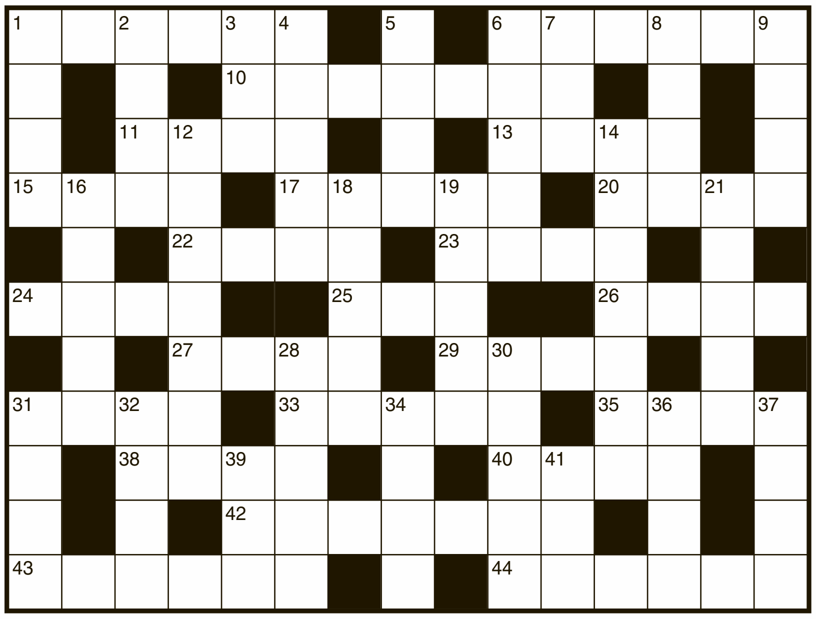
Didi M. Wildeman is als advocaat werkzaam bij SMS Attorneys at Law en legt zich onder andere toe op het Handelsrecht.

Puzzels.

PRIJSPUZZEL

HORIZONTAAL
1 soort schorpioenvis, **6** soort egel, **10** met vruchtensmaak, **11** maar matig, **13** nieuwe ster, **15** Chinees gewicht, **17** harde buitenkant, **20** rivier in Spanje, **22** niet een, **23** plas, **24** losplaats, **25** Bijbelse figuur, **26** ijzeren vat, **27** draagtoestel, **29** ooit, **31** Goudland, **33** gebak, **35** open plaats in een bos, **38** Atlantisch bondgenootschap, **40** naaldboom, **42** voornaam, **43** deugniet, **44** roodachtig.

VERTICAAL
1 brak, **2** persoonlijk vnw. (Fr.), **3** aflevering, **4** Engelse zeevaarder, **5** insect, **6** Spaanse wijnsoort, **7** ik (Lat.), **8** rivier in Oostenrijk, **9** bootje, **12** stelkunde, **14** bladgroente, **16** carnavalsgroet, **18** bezwaren, **19** deel van het lichaam, **21** gewrichtsaandoening, **28** deel van een molecule, **30** graveur, **31** muziekwerk, **32** Engelse lengtemaat, **34** gewoonterecht, **36** dokter, **37** borstelig, **39** voornamelijk (afk.), **41** Palestijnse bevrijdingsorganisatie.



Uit de inzendingen van de Amigoe-puzzel van vorige week is als winnaar van de weekprijs van 25 gulden getrokken:

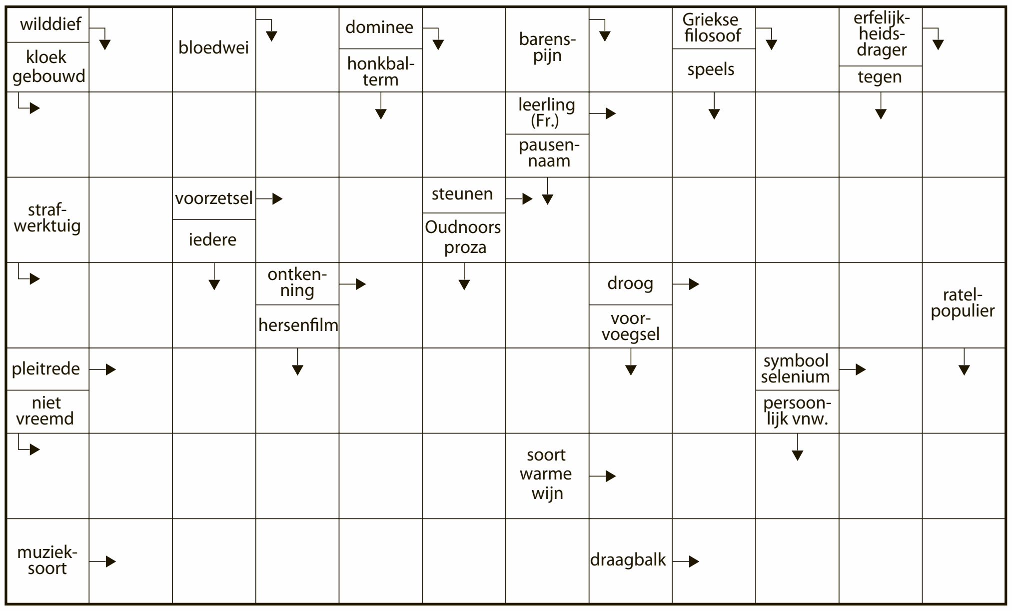
Mia Curts Zepp
Lampestraat 6
Aruba

Ingrid Martiena
Puerto Ricoweg 86B
Curaçao

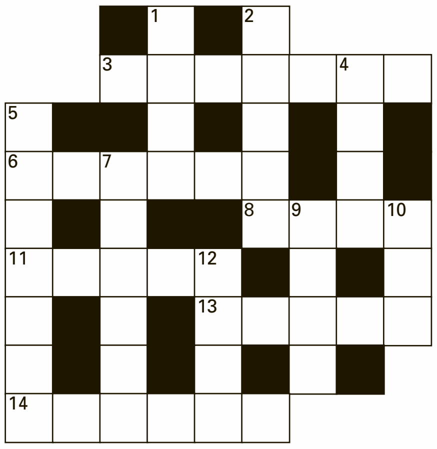
De winnaar kan zijn/haar prijs na identificatie ophalen op het kantoor van de Amigoe. Curacao: Kaya Fraterna di Skèrpènè z/n tot drie uur n.m. Aruba: Bilderdijkstraat 16-2 tijdens kantooruren. Bonaire: Shon Ma Carolina, Kaya Nikiboko Noord 18.

Oplossingen moeten zowel op Curaçao als Aruba zijn ingediend op woensdag voor 12:00 uur. Gelieve duidelijk op de enveloppe te vermelden: Amigoe-puzzel.
Vanuit Bonaire kan de oplossing gefaxt worden naar Curaçao: (00599-9) 767-4744.

ZWEEDSE PUZZEL



CRYPTOGRAM



HORIZONTAAL:
3. Oprisping van een kleine zelfstandige (7); **6.** Stoffen is een kwestie van betalen (6); **8.** Het vee komt er voor(in) (4); **11.** Daarin zit het geld om te speculeren (5); **13.** Op- en zwartmaken (5); **14.** Het is net een vaart (6).

Verticaal:
1. Men speelt alleen een noot, verder niets (4); **2.** Vrolijke taal (5); **4.** Walvisvaarder (4); **5.** Voor de inkomsten en uitgaven van een glastuinder (7); **7.** Geven ze toegang tot een tijdruimte? (6); **9.** Wat een dik boek voor zo'n klein ventje! (4); **10.** Doe er wat aan als je te dik bent! (3); **12.** Van de aston 'n zuilengang maken (4).

WOORDZOEKER

S	C	H	U	I	L	N	A	A	M	H	E	A
N	E	R	O	H	N	A	A	I	G	I	B	T
I	R	O	T	N	E	T	S	L	L	E	I	L
P	R	F	W	K	F	L	E	A	A	E	N	S
P	V	E	L	O	U	R	S	G	T	T	A	T
E	O	F	B	K	O	N	I	I	R	A	I	E
R	L	F	K	S	A	N	M	S	K	A	R	G
D	G	I	M	J	E	R	A	N	E	A	A	E
A	N	C	G	O	O	V	E	R	A	L	L	L
G	U	I	L	N	O	T	E	N	K	B	B	D
D	M	E	E	G	I	R	E	K	O	R	A	B
R	M	N	I	E	O	T	D	N	A	K	T	E
O	E	T	G	N	P	L	E	Z	I	E	R	D
M	R	G	D	Y	O	R	F	M	A	K	O	R
E	O	J	G	E	G	R	N	E	F	A	S	A
R	E	E	V	E	T	M	I	U	R	A	K	G

In deze mengelmoes van letters zijn al de onderstaande woorden verstopt. Streep alle woorden door. De resterende letters vormen dan regel voor regel van links naar rechts gelezen de oplossing van deze puzzel.

AANHOREN
AFMETING
AGENT
ALBATROS
BINAIR
DAGDROMER
EFFICIENT
EGYPTENAAR
ENORMITEIT
ERERONDJE
GEITENKAAS
GELDBEDRAG
GOLFER
GRENOBLE
INTEGRAAL
IRONIE
JANSALIE
KOKSJONGEN
MELOEN
MISLUKKING
MOORDZAAK
NALATIG
ONFRIS
OVERALL
PLEZIER
PROOI
ROGGE
ROKERIG
RUIMTEVEER
SCHUILNAAM
SNIPPERDAG
STEGEL
STENTOR
VELOURS
VOLGNUMMER
WOONARK

© Sanders Puzzelboeken/151205

SUDOKU

Schrijf alle cijfers 1 t/m 9 in alle verticale kolommen, alle horizontale rijen én in alle vierkantjes van 3 x 3 vakjes.

LIGHT

3			6			7	1	
	9	2						3
	6		5					4
	2	8			1	3		7
9	5			3		8		
		1	4	8				
			8		2	4	7	
5					6			9
	7			5				

HEAVY

	1	8		7		5	4	
			8			6		
							2	
	4		3		5			
					6		8	3
								7
2	3		6					
	5							
			4	9	7			

OPLOSSINGEN VORIGE KEER

Light

6	1	9	4	2	5	7	3	8
2	5	7	8	1	3	4	6	9
4	3	8	9	6	7	2	5	1
8	2	4	5	9	6	3	1	7
5	7	3	1	4	2	9	8	6
1	9	6	3	7	8	5	4	2
3	6	2	7	5	1	8	9	4
7	4	5	6	8	9	1	2	3
9	8	1	2	3	4	6	7	5

Heavy

6	7	5	3	2	4	8	1	9
2	9	3	1	7	8	5	4	6
1	4	8	9	5	6	7	2	3
9	1	7	8	4	5	3	6	2
4	3	2	7	6	9	1	5	8
5	8	6	2	1	3	9	7	4
8	2	1	4	9	7	6	3	5
3	5	4	6	8	1	2	9	7
7	6	9	5	3	2	4	8	1

Cryptogram:
Horizontaal: 3. Geklets; 6. export; 8. stem; 11. bonus; 13. piket; 14. dinges.
Verticaal: 1. Velo; 2. kluts; 4. twee; 5. dekblad; 7. punten; 9. taks; 10. mat; 12. spie.

Woordzoeker: AANSPOELEN

Zweedse puzzel

■	G	■	R	■	K	■	B	■	T	■	K
K	A	D	U	U	K	■	E	T	U	D	E
■	A	■	G	T	■	R	O	E	R	E	I
A	T	E	■	O	B	I	■	S	K	I	■
■	E	R	E	P	O	O	R	T	■	N	S
E	L	E	G	I	E	■	B	E	T	E	L
■	S	N	A	A	K	S	■	N	O	N	A

Prijspuzzel

B	E	P	A	A	L	D	■	F	IJ	N	S	P	A	R
A	■	A	■	D	■	U	F	O	■	I	■	A	■	O
S	P	R	E	E	U	W	■	N	E	K	S	L	A	G
I	■	I	E	R	■	E	E	D	■	S	A	E	■	G
C	L	A	N	■	A	N	G	S	T	■	F	I	L	E
■	E	■	M	N	L	■	G	■	O	E	F	■	O	■
R	A	T	A	■	M	E	E	S	T	■	I	S	B	N
E	■	A	A	S	■	N	N	W	■	I	E	T	■	A
K	O	B	L	E	N	Z	■	I	N	B	R	E	U	K
J	■	O	■	L	■	Y	E	N	■	I	■	E	■	I
E	R	E	P	A	L	M	■	G	A	S	O	L	I	E

Canada

Een eiland met vele kleuren, geuren en gezichten. Curaçao is de ultieme mix van diversiteit in cultuur en de cijfers bevestigen dit. In meer dan 140 verschillende landen zijn er mensen die op Curaçao wonen geboren. Mensen met allemaal hun eigen gewoontes, tradities en verhalen. Vandaag maken we kennis met John Amarica. Hij verhuisde ruim twintig jaar geleden van Canada naar Curaçao, omdat het leven en het klimaat op het eiland hem wel bevielen.

Tekst: **Judice Ledeboer** Foto: **Ken Wong**

Hoe is jouw Curaçao-verhaal begonnen?

In de periode tussen mijn middelbare school en universitaire studie ging ik met vakantie naar Curaçao. Mijn zus woonde daar. Haar man was food&beverage-manager bij een hotel. Ik had zin in een leuke vakantie en dat werd het ook. Het was een zonvakantie met veel strand, zwemmen en genieten van het eiland. Het warme klimaat vond ik heerlijk. Na die vakantie ben ik teruggegaan naar Canada waar ik milieukunde ben gaan studeren. Mijn ouders komen oorspronkelijk uit Duitsland en Roemenië en kwamen na de oorlog naar Canada. Zij leerden mij om van de natuur te houden. We hadden een moestuin, er werd altijd met verse groenten gekookt. We gingen nooit uit eten. We gingen nooit naar fastfood restaurants. We hadden een weekendhuis in de natuur met een eigen meertje en daar liepen herten en bevers rond. Het was daar echt de mondi. Ik zat ook vijftien jaar bij de padvinderij. Na mijn studie heb ik zeven jaar in Tennessee gewoond. Ik woonde altijd bij de zee. Daar is het klimaat milder. Ik houd niet van de kou. Samen met mijn toenmalige partner die ik op Curaçao had leren kennen besloot ik op mijn 29e om naar Curaçao te gaan om daar te gaan wonen. Ik werk nu al bijna twintig jaar bij Selikor als milieuspecialist.

Heb je je doel bereikt?

Ik ben niet echt met een doel hier gekomen. Ik heb gewoon gedaan wat ik graag wilde. Ik heb een gezin, een fijn huis, een goede baan. Ik wil een rustig en stressloos leven leiden. Er is hier toch minder stress vergeleken met de 'rat-race' in Amerika en Canada.

Wat mis je uit Canada?

Mijn familie. Ik kom uit een gezin van acht kinderen. Ik ga niet zo vaak naar Canada. Al mijn broers en zussen komen liever hier naartoe. Zij houden ook van het warme weer hier. En ik mis het 'groen'. Ik heb hier gelukkig een heel mooie plek gevonden, Pos Spaño, waar het groen is. Dat is mijn favoriete plek op het eiland. Het wordt door Uniek Curaçao beheerd. Daar is zo'n prachtig stuk bos en een mooi strand. Daar vind ik het groene dat ik mis uit Canada. En ik mis ijshockey. Ik speelde het niet, maar ik vond het altijd erg leuk om naar te kijken.

Wat zijn de grootste verschillen en overeenkomsten tussen Curaçao en Canada?

Het grootste verschil is natuurlijk het weer. In Canada is het een paar maanden per jaar heel donker. Dan is de zon er niet vaak. Vroeger als ik naar school ging, ging ik in het donker van huis en dan kwam ik ook in het donker thuis. Vreselijk vond ik dat. Je zag dagenlang de zon niet. En in de herfst vallen alle bladeren van de bomen, dan wordt alles grijs. Hier schijnt de zon altijd en is het altijd warm.

Een overeenkomst vind ik de vriendelijkheid van de mensen. De mensen zijn hier, net als in Canada, heel vriendelijk. Bijvoorbeeld hoe snel de mensen je hier omarmen. Dat vind ik heel bijzonder.

Wat is jouw wens voor de toekomst van Curaçao?

Mijn wens is dat het eiland duurzamer wordt. Dat de mensen meer hart krijgen voor het milieu en dat ze stoppen met vervuiling.